

REZEPTE

Rezept erprobt nur für **NATURAL POWER STEVIA**

Power Smoothie

Ideal als Frühstück oder zwischendurch.
Ergibt 3 – 4 Portionen



Zutaten

- 1 200 – 300 g Früchte In kleine Stücke schneiden
- 2 1 – 3 dl Flüssigkeit je nach Belieben (Wasser, Milch, Soja- oder Mandelmilch) Zusammen mixen
- 3 2 EL NATURAL POWER Eiweiss Plus
1 EL NATURAL POWER Bio Maca Pulver
1 EL NATURAL POWER Sojalecithin
1 Messerspitze Camu Camu Pulver (Vit. C) Beigeben
- 4 ½ – 1 TL NATURAL POWER Stevia Granulat
oder 2 – 5 Tr. NATURAL POWER Stevia Tropfen Nach Belieben süssen, geniessen

Schokoladekuchen

Für einen Cake-/Kastenform von
23-26 cm Länge oder ca. 14 Muffins



Zutaten

- 1 Den Backofen auf 220° vorheizen. Form mit Backpapier auskleiden.
150 g Butter
50 Tropfen NATURAL POWER Stevia
- 2 Die Butter luftig aufschlagen. Stevia, Akazienhonig und Kakaopulver unterrühren. Ein Ei nach dem andern unter die Buttermasse schlagen. Rahm langsam unter ständigem rühren dazugeben.
4 – 5 EL Honig
20 g Kakaopulver
3 Eier
1 dl Rahm
200 g Mehl
- 3 Das Mehl mit dem Backpulver mischen, portionsweise unter den Teig rühren. Der Teig soll zäh von der Kelle reissen, je nach Festigkeit mit ein wenig Rahm oder Mehl „korrigieren“. Teig in die vorbereitete Form füllen.
- 4 Form auf der untersten Schiene in den Ofen schieben, Schokoladenkuchen 10 Minuten bei 220°C, dann 30 Minuten bei 180°C backen.

Tipp:

Mit Schlagrahm servieren.

NATURAL POWER DOSIERTABELLE

Tropfen	der Klassiker Nicht kälteempfindlich
Für	
Dosierung	1 – 5 Tropfen für 1 Liter

Pulver	pur
Für	
Dosierung	0.1 g Pulver = ca. 1 TL Zucker

Granulat	leicht dosierbar
Für	
Dosierung	½ TL Granulat = 1 – 2 TL Zucker

Tab's	einfach praktisch
Für	
Dosierung	2 Tab's = 1 Würfelzucker



NATURAL POWER Stevia
Die kalorienarme Alternative zu Zucker

STEVIA

- Ohne Nachgeschmack
- Für Diabetiker geeignet
- Zahnschonend
- Einfache Anwendung
- Schweizer Qualitätsprodukt
- Mit Rezepten und Dosiertabelle

Die Rezepte sind erprobt nur für **NATURAL POWER Stevia Produkte**.
Weitere Rezepte und Informationen finden Sie unter:
www.stevia-naturalpower.ch

Distribution: KIRIN HEALTH CARE CH-9523 Züberwangen



DAS GEHEIMNIS DER STEVIA PFLANZE

Stevia Rebaudiana ist ein kleines Kraut aus der Familie der Chrysanthemengewächse, das in der Wildform als kleine Staude in den Teilen des nordöstlichen Paraguays und Brasilien beheimatet ist. Die Steviol Glykoside, welche aus ihren Blättern gewonnen werden, sind der Grund für die unglaubliche Süsse. Es gibt nahezu 300 verschiedene Arten von Stevia Pflanzen.

Geschichte

Es gibt Hinweise darauf, dass Stevia bereits in vorkolumbianischer Zeit zum Süssen verwendet wurde. Die Europäer kamen erst später in Kontakt mit Stevia. Der aus dem Tessin nach Paraguay ausgewanderte Botaniker, Moisés Bertoni verfasste 1899 die erste Beschreibung der Pflanze und wurde zu seinem Namensgeber: Stevia Rebaudiana Bertoni. Dank der Unterstützung, unter anderem des Schweizer Hilfswerks Helvetas, liegt Bertonis Forschungsareal in Paraguay im Nationalpark in einem kleinen Museum.



Wie süss ist Stevia?

In seiner natürlichen Form ist das Steviakraut etwa 10 bis 15 Mal süsser als Zucker. Steviaextrakte in Form von Steviosiden können sich in einer beliebigen Grössenordnung von der 100- bis 300- fachen Süsskraft des Zuckers bewegen.

Wie schmeckt Stevia?

Stevia Produkte haben üblicherweise einen lakrizearartigen Nachgeschmack. Aus diesem Grund verzichten viele auf diese kalorienarme Alternative zum Zucker. Mit der Entwicklung des **NATURAL POWER Stevia Sortimentes** ist es erstmal gelungen, Stevia Produkte ohne unangenehmen Nebengeschmack zu entwickeln.

Eignen sich Stevia Produkte bei Diäten?

Stevia beeinflusst den Blutzuckerspiegel nicht. Aus diesem Grund sind **NATURAL POWER Stevia Produkte** für Diabetiker als gesunde Alternative zu künstlichen Süssmitteln bestens geeignet. Stevia beeinflusst das Ansteigen des glykämischen Index kaum und ist deshalb der ideale Begleiter für verschiedene Ernährungsformen.

NATURAL POWER

Nice to know:

- Stevia verhindert Karies und Plaque. Zwei Untersuchungen der Dental Science Group an der Universität Purdue (USA) haben ergeben, dass Steviosid fluoridkompatibel ist und die Neubildung von Plaque (Zahnbelag) deutlich hemmt.

- In Japan und den USA werden seit Jahren viele Produkte mit Stevia als Süssungsmittel eingesetzt. Die Nahrungsmittelindustrie setzt Stevia mit grossem Erfolg in Kaugummi, Joghurt, Babynahrung und Cola Produkten ein.

- In den Ländern der Europäischen Union sind die Stevia Produkte (noch) nicht zugelassen. Aus diesem Grund werden viele Produkte ohne entsprechende Qualitätsnachweise via Internet verkauft. Die Schweiz führte als erster europäischer Staat Stevia als Süssungsmittel ein. Alle Stevia Produkte müssen vom Bundesamt für Gesundheit geprüft und zugelassen werden.

- **NATURAL POWER Stevia Produkte werden in der Schweiz hergestellt und entwickelt. Für die Produktion werden nur qualitativ hochwertige Stevia Glykoside verwendet. Alle Produkte sind vom BAG bewilligt.**



TIPP:

NATURAL POWER STEVIA ist auf Facebook. Werden Sie Fan von **NATURAL POWER Stevia** und profitieren Sie von einmaligen Angeboten und Rezeptvorschlägen...

